

NF

Government
Publications

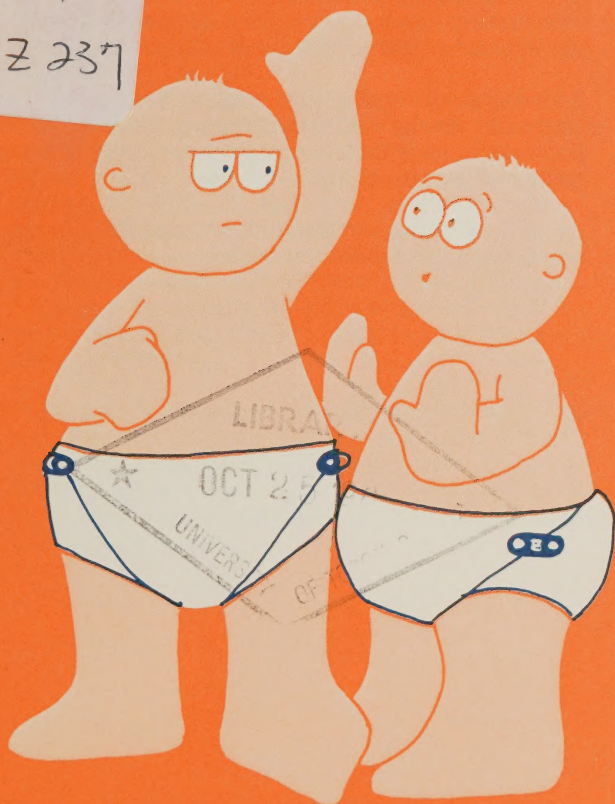
L'instinct d'agression est naturel

CA24N

SM

-Z 237

RY LIBRARY MATERIAL



Qu'est-ce que l'agression?

L'agression est un acte violent par lequel on exprime des sentiments de frustration, de colère ou de désespoir.

L'enfant d'âge préscolaire

Linda est une petite fille de trois ans, en bonne santé et, ordinairement, d'un bon naturel. Un jour, alors qu'elle jouait dans son carré de sable, elle se mit soudainement à frapper sa petite amie avec sa pelle, à hurler et à essayer de lui chiper ses jouets.

Sa mère n'en revenait pas. Puis, elle commença à s'inquiéter quand Linda persista dans son agressivité les jours suivants.

La mère de Linda n'avait jamais compris qu'il y avait toujours eu un instinct d'agression dans le caractère de son enfant. Comme pour tout enfant en bonne santé, l'agression avait toujours fait partie de sa vie — c'était une de ses principales façon de communiquer.

Toute petite, Linda se débattait et pleurait quand elle était mouillée ou qu'elle avait faim. Peu à peu, elle se rendit compte qu'en s'agitant violemment et en pleurant, elle obtenait ce qu'elle voulait.

A trois ans, elle était devenue assez forte pour frapper et donner des coups de pied, et assez habile pour toucher son but : la tête de sa camarade de jeu ou la jambe de sa mère.

Linda avait découvert une façon hardie d'exprimer ses besoins, sa frustration et sa colère.

La colère

De toutes les émotions naturelles et saines que manifestent les enfants, la colère est la plus décourageante. Par exemple, quand on refuse de donner un biscuit à Linda avant le souper, ou de lui acheter quelque chose au magasin, il est probable qu'elle manifesterait sa colère et sa frustration à l'aide de coups et de cris. Sa réaction est vive, immédiate et pénible. Cette manifestation de colère est sa façon de réclamer ce qu'elle veut et elle exprime ce qu'elle croit être ses droits.

Toutefois, la mère de Linda ne peut plus tolérer un comportement aussi agressif et l'enfant ne peut pas comprendre pourquoi.

Au début, la mère pensait que Linda avait été égoïste avec sa camarade. Puis, elle comprit que l'enfant ne se rendait pas compte des droits d'autrui et qu'elle aurait à apprendre à se maîtriser.

La maîtrise de soi

Pour certains enfants, apprendre à se maîtriser est une chose aisée et rapide. D'autres prendront des années pour apprendre à exprimer leurs émotions d'une façon acceptable.

Les parents peuvent aider en apprenant à leurs enfants à diriger leur colère dans d'autres directions, pour éviter de heurter les autres.

Par exemple, la prochaine fois que la mère de Linda s'est aperçue que celle-ci frappait une camarade de jeu en hurlant, elle lui a tenu les mains calmement en lui disant : "Je sais que tu es fâchée mais je ne peux pas te laisser frapper ton amie, ça lui fait mal".

Qu'entend-on par comportement agressif?

Au fur et à mesure qu'un enfant grandit et devient curieuse de ce qui l'entoure, elle se rend compte qu'il y a beaucoup de choses à faire et beaucoup d'autres à ne pas faire. Elle se décourage et se trouble. Une enfant en bas âge va copier les actions de ses parents et des autres adultes. Ne connaissant pas les règles, elle prendra une punition pour une injustice et se fâchera pour assurer ses droits et ses besoins.

Ne pas savoir comment s'y prendre amène souvent de la frustration et de la colère. Linda pourrait vouloir faire une chose pour laquelle elle n'est pas prête : traverser la rue par exemple, et elle ne peut pas comprendre pourquoi on le lui défend. Elle se conduira alors d'une façon agressive pour essayer de contrôler son monde et les gens qui l'habitent.

Bien souvent, une enfant agressive est une enfant effrayée. Elle croit devoir se battre pour satisfaire ses besoins; l'agression devient sa protection.

Les sentiments de culpabilité

Une enfant peut se sentir coupable après agression physique, surtout si celle-ci est dirigée contre quelqu'un qu'elle aime. Même si sa colère est justifiée, elle se rend compte qu'un comportement incontrôlé suivi d'un acte physique violent, n'est pas acceptable. Ses sentiments de colère et de culpabilité pourraient donc l'accabler, surtout s'ils ne sont pas canalisés.

Des parents qui cherchent à mener une enfant à mieux se conduire en lui disant : "Je ne peux pas aimer une enfant qui frappe sa mère" pourraient intensifier son sentiment de culpabilité, l'effrayer et diminuer ses chances de contrôler sa colère. Il vaudrait mieux dire : "Je ne peux pas te laisser me frapper. Ca te fait du mal et à moi aussi. Je sais combien tu es fâchée, dis-moi donc pourquoi?"

Parfois, les parents se fâchent très fort contre leur enfant et s'en sentent coupables. De tels sentiments sont naturels et il n'y a pas de quoi s'alarmer.

Quelques conseils

Suivent quelques suggestions de ce que vous pouvez faire pour que votre enfant apprenne à montrer ses sentiments d'une façon constructive.

Soyez alertes, et surveillez l'enfant pendant ses jeux. Bien qu'une surveillance attentive prenne du temps, elle est essentielle pour l'aider à apprendre à se maîtriser et à exprimer ses sentiments d'une meilleure façon.

Agissez rapidement quand les choses se gâtent, mais en restant calmes. Restreignez l'enfant si nécessaire. En général, il suffit de lui parler en lui tenant les mains. Elle va probablement se débattre et protester mais elle finira par comprendre que sa manière d'agir n'est pas acceptable.

Punissez-la si vous pensez que c'est nécessaire, en lui expliquant pourquoi. La prévenir de ne pas recommencer peut avoir de l'effet, mais il est préférable de la séparer de ses camarades de jeu. Assurez-vous que la punition soit juste et logique.

Guidez son comportement en lui expliquant qu'elle n'arrivera pas à son but en criant et en frappant. Dites-lui que vous comprenez ce qu'elle ressent, écoutez ce qu'elle a à dire et entendez-vous pour arriver à une solution.

Par exemple, vous pourriez dire : "Je ne peux pas te laisser frapper ton amie; ça lui fait mal. Je sais combien tu es fâchée; dis-moi pourquoi?" Restez calmes et maîtres de vous. Elle verra vite que ses sentiments ne sont ni déniés ni méconnus. Elle commencera à comprendre qu'elle peut arriver à ses fins en discutant plutôt qu'en utilisant la force physique. En guidant son comportement, vous arriverez à lui faire comprendre ce que vous voulez. Louez ses efforts.

L'amour que vous avez pour votre enfant est ce qui va, avant tout, l'aider à apprendre à exprimer ses émotions de la bonne façon. Montrez-lui cet amour et louez-la quand elle se comporte bien — ainsi, elle apprendra vite à reconnaître ce que vous entendez par bonne conduite.

Souvenez-vous

Si vous attendez qu'elle se comporte mal pour intervenir, vous lui apprendrez qu'elle peut obtenir votre attention en se conduisant mal.

Ayez de la patience. Une enfant en bas âge a beaucoup d'énergie et une mémoire plutôt courte. Il faut beaucoup de patience et d'amour pour lui apprendre à s'affirmer et à exprimer ses besoins et ses sentiments d'une façon acceptable. C'est votre amour qui va lui donner la sécurité dont elle a besoin pour apprendre à contrôler la façon dont elle exprime ses sentiments.



Par James Sutherland

The
Dellcrest
Children's
Centre.



Ontario

Ministère des
Services sociaux et
communautaires
Novembre 1977